

1回に作れる分量

100～1000g

使用付属品

テーブルプレート
底面

給水タンク 満水

作りかた

1. 給水タンクに満水ラインまで水を入れてセットする。
2. **肉や魚の上手な冷凍保存(フリージング)のコツ**を参照して冷凍保存した食品のラップなどの包装を外し、発泡スチロール製のトレーにのせる。
3. ②をテーブルプレートの中央に置き **解凍・下ゆで** **12 角切り肉** で加熱する。

角切り肉のコツ

カレー・シチュー用肉の解凍

ひとくち大に切り分けられた肉を解凍します。

切り分けられていないブロック肉は **013 ブロック肉** で解凍します。

から揚げ用肉の解凍

ひとくち大に切り分けられた鶏肉を解凍します。

切り分けられていないブロック肉は **013 ブロック肉** 仕上がり調節 **強** で解凍します。**1回に解凍できる分量は、100～1000gです**

肉や魚の上手な冷凍保存（フリージング）のコツ

材料は新鮮な物を使います

冷凍する分量と形は

1回分ずつ(200～300g)に分け、しゃぶしゃぶ用・すき焼き用肉は、約1cmの厚さで、その他の肉や魚は2～3cmの厚さで、極端に薄くならないように平らな形にひとまとめにします。

丸めたり、指定の分量以上をひとまとめにすると、うまく解凍できません。

薄くて細長い形状の肉は

煮えてしまうことがあるので、折りたたんで2～3cmの厚さの平らな形にして冷凍します。

ブロック肉などの厚みが不均一な肉は

折り込んで厚みを均一にして冷凍します。

ラップなどで、ぴったり密封をします

ラップで包むときは、ラップが食品の間に入らないように包むとはがしやすくなります。

バランなどの飾りや敷き物は取り除きます

魚の下ごしらえは

魚はうろこやえら、内臓を取り除き、塩水で洗って水けをふき取り、1尾ずつ冷凍します。

加熱前に確認する

解凍時は皿などの容器にのせない

肉や魚の解凍はより良い仕上がりにするため、食品の分量だけを量っています。

容器にのせて加熱すると、重量センサーが食品の分量を検知できず、加熱し過ぎの原因になります。

冷凍保存した食品は発泡スチロール製のトレーにのせるか、オープンシートやキッチンペーパーを敷き、その上にのせます。

冷凍した肉や魚の置きかた

冷凍保存した食品は、テーブルプレートの中央に置きます。



上手な解凍のしかた

1回に解凍できる分量は、しゃぶしゃぶ用・すき焼き用は100g～500g、それ以外は100g～1000gです

分量が多過ぎると、うまく解凍できません。減らしてください。

